

Взаимооценивание и самооценивание – инструменты для организации учащимися своей деятельности.

Предпочитаю когнитивную рефлексию нежели чем эмоциональную, так как такая рефлексия помогает ребятам определить свои достижения и затруднения, что является началом для дальнейшей работы.



цели.



«Рука ребром» – я понял тему, но возникали небольшие затруднения.



«Кулак» – цели не достиг, мне нужна помощь.

С целью формирования социальной компетенции на уроках организую диалогические формы обучения.

Список литературы

1. Селевко Г.К. **Энциклопедия образовательных технологий**: Т. 1. М.: НИИ школьных технологий, 2006.
2. **Бормотова М.М. Развитие самоконтроля у младших школьников на уроках математики** // Начальная школа. – № 9. – 2005. – с.34-35.

ӘОЖ 37.012.85

ШАЙБАЛЫ ХОККЕЙДІҢ ТЕХНИКАЛЫҚ – ТАКТИКАЛЫҚ ДАЙЫНДЫҒЫН ДАМУ

Собянин Ф. И. – профессор, педагогика ғылымдарының кандидаты, Батыс Қазақстан инновациялық-технологиялық университеті.

Шынтемиров А. Б. – 7М01401 – дене шынықтыру және спорт мамандығы бойынша магистратурада білім алушы, Батыс Қазақстан инновациялық-технологиялық университеті.

Қазіргі уақытта, балалар мен жасөспірімдерге қысқы спорт түрлерінен білім мен тәрбие беруде әдістемелік құралдар мен зерттеулер жеткіліксіз. Соның ішінде, шайбалы хоккей. Хоккейші қаншалықты шебер болса да, қаншалықты тәсілді болса да, соққылар техникасын қаншалықты еркін меңгерсе де, дәл және кенеттен қақпаға шайба лақтырса да, жеңіс үшін бұл артықшылықтар әлі де аз. Осы сұрақтардың шешемі мақалаға арқау болады.

Түйінді сөздер: хоккей, коньки, дриблинг.

Ойын техникасы – бұл хоккейшінің жарыстарға сәтті қатысуға арналған қажетті арнайы әдістер жиынтығы. Хоккей ойыны қолданылатын әдістердің алуан түрлілігімен ерекшеленеді. Хоккейде қолданылатын техникалық әдістерді шартты түрде бірнеше топқа бөлуге болады: конькимен сырғанау, сырғытпа таяқ пен шайбаға иелік ету, өрнекті қимыл, шайбаға таласу (күш күресі, сырғытпа таяқпен таласу).

А) Конькимен сырғанау

Хоккейші үшін конькимен тамаша сырғанау – бұл хоккей алаңының бір орнынан екіншісіне тез ауысу мүмкіндігін ғана білдірмейді. Хоккейші конькиді мұздан қалай алып тастау және мұзға қалай қою туралы ойламас үшін, конькиді оңай тебе білуі керек. Хоккейшінің ойы сырғытпа таяқ пен шайбаға, орналасуға және шабуылдың дамуына бағытталуы керек [1, 19 б.].

Хоккейшінің барлық қозғалысы тірену (тіреу) қалпында жасалады. Хоккейшінің тірену (тіреу) қалпы – бұл ойын кезіндегі дененің қалпы, онда денесін алға қарай еңкейту, аяқтарын жамбасқа, тізе және білек буындарында бүгілген, сырғытпа таяқты мұзда немесе екі қолымен ұстап тұрған қалпы. Жоғары және төмен тіреуді ажырату. Осы немесе басқа да тәсілдерді қолдану, ойыншының сол ойын барысындағы жағдайға байланысты.

Коньки тебудің келесі тәсілдері бар: қысқа (соққы) қадаммен жүгіру, ұзын (сырғымалы) қадаммен жүгіру, сызықпен жүгіру (айқас қадам, аттап өту), бұрылыспен жүгіру, артқа, орнынан бастау, тежеу.

Б) Сырғытпа таяқ пен шайбаға иелік ету

Конькимен сырғанау хоккей ойынының негізі болып табылады, бірақ шайбаны игеру хоккей шеберлігінің екінші маңызды құрамдас бөлігі болып табылады. Трибуналар шайбаны иеленген ойыншыны қадағалайды. Коньки тебу дағдыларының шайбалық шеберлікпен үйлесуі, хоккейді шын мәнінде теңдесі жоқ ойынға айналдыратын факторлардың бірі болып табылады, онда тек нағыз шебер ғана табысқа жете алады. Хоккейші конькиде тез және оңай қозғалуы, сырғытпа таяқшадағы шайбаны сезінуі, шайбаға қарсыласымен таласуға дайындығы, 60 км / сағ жылдамдықпен жақындаған қарсылас ойыншысын байқауы керек. Ойыншының барлық әрекеттерінің жеңілдігі мен тиімділігі көп жағдайда хоккейшінің сырғытпа таяқты дұрыс ұстауына және оны жақсы меңгеруіне байланысты.

Көбінесе, шайбаға ие болған кезде, хоккейші оны серіктесіне бере алмайды және сырғытпа таяқпен ұстап отырып, қорғаушылардың жанынан өтуге тырысады. Әдетте шайба ілмектің ортасында жүреді. Шайбаны айдаудың келесі әдістері бар: тегіс дриблинг, дриблинг, бүйірлік дриблинг, сырғытпа таяқша мен коньки тебу. Жүргізу бағыты түзу сызықта, шеңберде, бағыт пен жылдамдықта өзгеруі мүмкін.

Лақтыру – бұл жеке ойыншының шабуыл әрекеті, онда ол әр түрлі жолмен допты қарсыластың қақпасына бағыттауға тырысады. Қақпаға лақтырған ойыншы ойын жағдайын дәл бағалауы керек, сонымен бірге қақпашының тұрысы мен қақпадағы ашық жерлерді көруі керек. Бұл оған дұрыс және уақытында қалай және қайда тастау керектігін шешуге мүмкіндік береді.

Шайбаны лақтыруды мұзда және ауада, орнында және қозғалыста жүргізгеннен кейін, тоқтағаннан кейін және тоқтаусыз, лақтырылатын шайбамен және т. б. орындауға болады.

В) Өрнекті қимыл мен тоқтаулар

Денемен өрнекті қимылды қарсыласты алдау арқылы жеңу үшін шабуылда және қорғауда қолданылады. Сонымен қоса шайбамен және шайбасыз, орнында және қозғалыс кезінде орындауға болады. Өрнекті қимыл аяқпен, сырғытпа таяқпен, денемен, бас июмен болуы мүмкін. Оларды біріктіруге болады-клуб пен Магистраль, магистраль мен клуб, бастың түйіні және дененің қозғалысы және т. б.

Иықпен бұрылу, дене салмағын көтеру, баспен қозғалу және сырғытпа таяқпен өрнекті қозғалу хоккей тапқырлығының көрінісі болып табылатын алдамшы қозғалыс техникасының құрамдас бөліктерін құрайды.

Ойынның техникалық әдістерінің ішінде шайбаны тоқтату маңызды орын алады. Ұжымдық түрде әрекет ете отырып, әр түрлі тәсілдерді қолдана отырып, жекпе – жекте шайбаны игеріп немесе қарсылас жіберген шайбаны ұстап алып, хоккейші ойын барысында оны жиі тоқтатуға мәжбүр болады. Шайбаны жақсы тоқтатып қана қоймай, қабылдауды орындауға аз уақыт жұмсау да маңызды.

Тек айқындық пен жылдамдық хоккейшіге өзінің тактикалық жоспа-рын одан әрі жүзеге асыруға мүмкіндік береді: шайбаны қақпаға лақтыру, допты дәлдеп беру немесе соққыны тиімді қолдану. Шайбаны сырғытпа таяқпен, конькимен, аяқпен, қолмен және денемен тоқтатуға болады.

Хоккейші орнында тұрып немесе қозғалыста бола отырып, мұз үстінде сырғанайтын шайбаны тоқтатудың барлық әдістерін жетік меңгеруі керек.

Г) Күштік күрес тәсілдері және шайбаға таласу

Бұл әдістер шайбаны иеленген ойыншыға қарсы қолданылады. Күшпен ойнаудың екі кең тараған әдісі бар: қарсыласын иықпен және жамбаспен итеру. Біріншісі, қорғаушы арқасын алға қаратып, өз аймағына қайтып оралғанда немесе қарсыласының қасында жүретін жағдайларда қолданылады. Иығын шайбашының кеудесіне бағыттаған ойыншы, өзінің салмағын бар күшімен қарсыласын итереді, ал негізгі ойыншылар артқы аяғымен итереді.

Қарсыластың жамбас техникасы – қорғаушы иығымен итерген сәтте кешігіп қалып, осылайша оған сыртқа жүгіруді бастауға мүмкіндік берген кезде қолданылады.

Шайбаға таласу – қорғаныстың негізгі әдістерінің бірі. Шайбаны алу күштік тәсілдерді қолдана отырып және қолданбай да орындалады. Шайбаны сырғытпа таяқпен тартып алуға болады, қарсыластың таяқшасын төменнен, бүйірден немесе соққының көмегімен ұрады. Қарсыластың шайбасын алу, шайбаны қабылдаған сәтте оңайырақ болады. Көп жағдайда қарсылас шайбаны өз серіктесіне дәл жеткізбеген кезде ұстап қалу мүмкіндік туғызады.

Хоккейшілердің дене дайындығы

Хоккейші қаншалықты шебер болса да, қаншалықты тәсілді болса да, соққылар техникасын қаншалықты еркін меңгерсе де, дәл және кенеттен қақпаға шайба лақтырса да, жеңіс үшін бұл артықшылықтар әлі де аз. Спортшының жетістігі көбінесе оның күшіне, төзімділігіне, жылдамдығына, ептілігіне байланысты. Хоккейшінің физикалық дамуы, атлетикалық қасиеттері оның кез-келген техникалық әрекеттерді орындаудағы мүмкіндіктерін анықтайды. Күшті, қуатты хоккейші үлкен күшпен шайба жібере алады, әсерлі ойнай алады. Төзімді спортшы ойын бойы жоғары қарқынға шыдайды. Жылдамдық, ептілік және басқа да физикалық қасиеттерде маңызды [2, 56 б.].

А) Күш-жігер

Күш – хоккейшіге қажет маңызды спорттық қасиеттердің бірі. Конькимен сырғанау, шайба лақтыру және күш күресі кезінде қажет. Күш қозғалыс жылдамдығына айтарлықтай әсер етеді және ептіліктің дамуында өте маңызды.

Б) Жылдамдық

Жылдамдық – бұл адамның қысқа мерзімде моторлық әрекеттерді орындау қабілеті. Хоккейшінің жылдамдығы оның реакциясына, қозғалыс жылдамдығына және олардың жиілігіне байланысты. Жылдамдықтың барлық негізгі формалары хоккейде өте маңызды, бұл жоғары жылдамдықтағы ойын жасына сәйкес келеді, мұнда бәрі құйынды шабуылға, кенеттен серпіліске, тоқтауға, үдеуге негізделген.

Адам кез келген қозғалыста көрсете алатын максималды жылдамдық тек спортшының жылдамдығына ғана емес, сонымен қатар оның басқа қасиеттерінің даму дәрежесінде байланысты: күшке, икемділікке, техникалық жабдықталуға. Сондықтан жылдамдықтың дамуы басқа физикалық қасиеттердің дамуымен тығыз байланысты. Сол сияқты, егер оның техникалық шеберлігі жетілдірілсе, қозғалыс жылдамдығыда артады.

В) Төзімділік

Хоккейде шыдамдылық – бұл ойын ауысымының, жарыстың басынан аяғына дейін маусымның жоғары қарқынын сақтау. Хоккей – бұл жоғары жылдамдықтағы ойын. Сондықтан мұнда жылдамдық ғана емес, сонымен қатар төзімділікте маңызды.

Жалпы төзімділікті дамыту үшін спорттық кросс, шаңғы, жүзу, велосипед тебу, ескек есу, футбол, баскетбол ойындары қолданылады. Жылдамдық немесе ерекше төзімділік хоккей маусымында, соның ішінде жарыстар кезінде де дамиды.

Г) Ептілік

Ептілік-күрделі күрделі сапа. Бұл, біріншіден, жаңа, ерекше қозғалыстарды тез игеру мүмкіндігі, екіншіден, өзгеретін ортаның талап-тарына сәйкес тез қалпына келтіру мүмкіндігі. Ептілікті дамытудың негізгі жолы-жаңа, әртүрлі моториканы игеру.

Әдебиеттер тізімі

1. **Афанасьев С.** Большое хоккейное созвездие. Москва: изд-во «Человек». 2010. 245 с.
2. **Богуславский Г.** Montreal Canadiens 100 лет. Москва: изд-во «Вагриус». 2010. 326 с.

ӨОЖ 371(512.122)

ОҚУШЫЛАРДЫҢ ОҚУ САУАТТЫЛЫҒЫН АРТТЫРУДА ЫБЫРАЙ АЛТЫНСАРИН ШЫҒАРМАЛАРЫНЫҢ РӨЛІ

Ташетова Ж. Х. – «Қостанай облысы әкімдігінің білім басқармасы» ММ мектепке дейінгі және жалпы орта білім беру әдістемелік кабинетінің қазақ тілі мен әдебиеті әдіскері.

Мақаламда «Оқу сауаттылығы» термині кең мағынада қарапайым оқу біліктілігін емес, мәтіннен ақпаратты айқындай білу қабілеттімен анықталады. Мектеп оқушыларының тек оқу техникасын меңгеруі қазіргі таңда қабілеттілік болып есептелмейді. Оқу сауаттылығы туралы түсінік білім алушылардың әртүрлі форматтарда берілген мәтіндерді түсіне білуі, олардың мәні мен мазмұнын түсініп тұжырымдауы және оқушылардың мектептен тыс кезінде, әртүрлі жағдаяттарды шешуде оқығанын өмірде қолдана білу іс-әрекеттеріндегі қызметтерін бағалауға негізделген.

Түйінді сөздер: оқу сауаттылығы, функционалдық сауаттылық, оқылым, зерттеу нысаны, ойымыздың түйінін, шығармаларын оқу.

Қазақстан Республикасының елбасы Н.Ә Назарбаев «Қазақтанның әлеуметтік жаңғыртуы: Жалпыға Ортақ Еңбек Қоғамына қарай жиырма қадам» атты мақаласында стратегиялық жаңғырту барлық саланы, сонымен қатар, білімді де түрлендіруді қажет ететін атап көрсетті [1,3 б.]. Осы орайда, өскелең ұрпақтың сапалы білім алуының маңызы зор. Оқушылардың функционалдық сауаттылығын дамытудың бес жылдық Ұлттық іс-қимыл жоспарын қабылдау бойынша нақты міндеттер Мемлекет басшысының 2012 жылдың 27 қаңтардағы «Әлеуметтік экономикалық жаңғыртудың басты бағыты ретінде оқушылардың өзін дамытуы және қоғам өміріне пайдалы үлес қосуы үшін ақпаратты өздігінен алу, талдау, құрлымдау және тиімді пайдалануын көрсетуге болады. Функционалдық сауаттылық, яғни алдамның өмірін және іс-әрекеттің түрлі саласында қолданбалы білім негізінде қалыпты тіршілік міндеттерін шешу қабілеті» – осы үдерістің өзегі болып саналады. [2, 27 б.].